

Hétfő
12.01Kedd
12.02Szerda
12.03Csütörtök
12.04Péntek
12.05

Tízórai

Erdei gyümölcs tea

EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg

Natúr vajkrém (7;)

EN:69.6kcal ZS:7.0g TZS:4.5g SZH:1.2g CK:0.5g
FH:0.5g SÓ:0.2g CA:10.0mg

félbarna kenyér (1;)

EN:159.4kcal ZS:0.9g TZS:0.1g SZH:31.0g CK:0.6g
FH:5.6g SÓ:0.0g

Tej 2dl (7;)

EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g
FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg

Szendvics sonkakrém

EN:58.0kcal ZS:4.3g TZS:1.5g SZH:1.0g CK:0.5g
FH:3.8g SÓ:0.8g

Kis baguett (1;6;7;)

EN:173.6kcal ZS:1.5g TZS:0.0g SZH:34.0g CK:0.6g
FH:7.2g SÓ:0.6g

Erdei gyümölcs tea

EN:36.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:9.0g CK:9.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g
FH:7.2g SÓ:1.0g

Toast szelet

EN:23.4kcal ZS:1.1g TZS:0.5g SZH:1.5g CK:0.1g
FH:1.6g SÓ:0.5g

Paprika

EN:9.0kcal ZS:0.0g SZH:1.4g FH:0.4g

margarin

EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g

Csipkebogyó tea

EN:82.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g
FH:0.0g SÓ:0.0g CA:0.0mg

Tejszínes túrókrém (7;)

EN:92.0kcal ZS:7.4g TZS:4.7g SZH:1.5g CK:1.3g
FH:3.7g SÓ:0.7g CA:31.0mg

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g
FH:7.2g SÓ:1.0g

Kígyóuborka

EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g

Forralt tej (7;)

EN:92.0kcal ZS:3.0g TZS:2.0g SZH:10.0g CK:10.0g
FH:6.6g SÓ:0.2g CA:240.0mg

Paradicsomos halkrém (4;)

EN:80.2kcal ZS:4.4g TZS:0.6g SZH:2.1g CK:0.0g
FH:8.1g SÓ:0.7g

Retek szeletek

EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g

Tk kifli (1;6;)

EN:125.7kcal ZS:0.8g TZS:0.1g SZH:25.5g CK:0.6g
FH:4.8g SÓ:0.6g

Ebéd

Sertés gulyásleves (1;9;12;)

EN:260.9kcal ZS:16.8g TZS:4.4g SZH:13.2g CK:1.1g
FH:12.7g SÓ:1.3g CA:0.0mg

Túrós táska (1;6;7;)

EN:350.0kcal ZS:15.0g TZS:7.6g SZH:50.0g
CK:16.0g FH:5.7g SÓ:0.1g

teljeskiőrlésű kenyér (ebédhez) (1;)

EN:133.2kcal ZS:0.7g TZS:0.2g SZH:26.0g CK:0.0g
FH:4.8g SÓ:0.7g

Alma

EN:52.5kcal ZS:0.6g SZH:10.5g FH:0.6g

Májgaluska leves (1;3;9;)

EN:123.2kcal ZS:2.2g TZS:0.7g SZH:16.4g CK:3.6g
FH:8.6g SÓ:0.3g CA:0.0mg

Főtt tojás (3;)

EN:56.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g FH:4.8g

Lencsefőzelék (1;7;10;12;)

EN:416.3kcal ZS:11.3g TZS:3.1g SZH:51.3g CK:3.8g
FH:20.2g SÓ:1.4g CA:0.0mg

félbarna kenyér (ebédhez) (1;)

EN:106.3kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g
FH:3.8g SÓ:0.0g

Tavaszi rizsleves (9;)

EN:122.9kcal ZS:2.8g TZS:0.3g SZH:20.5g CK:0.0g
FH:1.9g SÓ:1.2g CA:0.0mg

Pásztor bulgur (sertés) (1;12;)

EN:442.1kcal ZS:14.8g TZS:3.1g SZH:50.9g CK:7.3g
FH:24.6g SÓ:1.4g

Mongol saláta * (10;)

EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g
FH:1.8g SÓ:0.7g

Magyaros karalábé leves (1;12;)

EN:54.7kcal ZS:1.5g TZS:0.2g SZH:8.2g CK:1.1g
FH:1.8g SÓ:0.2g

Rakott burgonya (3;7;12;)

EN:441.2kcal ZS:19.9g TZS:7.0g SZH:39.5g CK:0.8g
FH:21.3g SÓ:0.6g CA:26.4mg

Csemege uborka * (10;12;)

EN:7.7kcal ZS:0.1g SZH:1.3g CK:0.3g FH:0.6g
SÓ:1.2g

Levesbetét tészta (1;)

EN:31.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:6.5g CK:0.3g
FH:1.1g SÓ:0.0g

Csontleves tésztával (1;9;)

EN:95.2kcal ZS:0.5g TZS:0.2g SZH:17.2g CK:3.2g
FH:4.2g SÓ:0.4g CA:0.0mg

Bácskai rizseshús

EN:613.7kcal ZS:29.3g TZS:7.6g SZH:64.1g CK:0.0g
FH:24.0g SÓ:1.3g

Mongol saláta * (10;)

EN:19.6kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:2.4g CK:1.4g
FH:1.8g SÓ:0.7g

Uzsonna

Soproni felvágott

EN:69.6kcal ZS:5.7g TZS:2.3g SZH:1.0g CK:0.4g
FH:3.6g SÓ:0.7g

margarin

EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g

vizes zsemle (1;)

EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:28.2g CK:0.9g
FH:4.4g

Kígyóuborka

EN:3.6kcal ZS:0.0g SZH:0.5g FH:0.3g

Lapka sajt (7;)

EN:1.8kcal ZS:0.1g TZS:0.1g SZH:0.1g CK:0.1g
FH:0.1g SÓ:0.0g CA:4.3mg

margarin

EN:36.0kcal ZS:4.0g TZS:1.2g SÓ:0.1g

teljeskiőrlésű kenyér (1;)

EN:199.8kcal ZS:1.1g TZS:0.2g SZH:39.0g CK:0.0g
FH:7.2g SÓ:1.0g

Retek szeletek

EN:7.5kcal ZS:0.1g SZH:1.1g FH:0.6g

Vajas croissant (1;3;6;7;10;)

EN:192.0kcal ZS:10.0g TZS:5.5g SZH:21.5g CK:0.8g
FH:3.0g SÓ:0.9g

Kenőmájás (sertés)

EN:65.7kcal ZS:5.5g TZS:2.5g SZH:1.3g CK:0.4g
FH:2.7g SÓ:0.7g

vizes zsemle (1;)

EN:139.4kcal ZS:0.6g TZS:0.0g SZH:28.2g CK:0.9g
FH:4.4g

Lilahagyma

EN:12.0kcal ZS:0.0g SZH:2.5g FH:0.4g SÓ:0.0g

Kakaós csiga (1;3;6;13;)

EN:199.4kcal ZS:8.6g TZS:4.0g SZH:31.5g CK:11.5g
FH:3.8g SÓ:0.2g